专业摄影秘诀

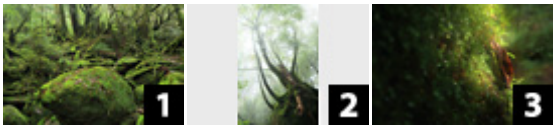
适合拍摄多种被摄体是 EOS 5D Mark III 受欢迎的原因之一。大家一定想知道活跃在各自领域的专业摄影师们到底在使用什么功能拍摄被摄体。
下面将向大家介绍专业摄影师各自的拍摄技巧。

01 自然风光 Landscape

-
  - EF 16-35mm f/2.8L II USM / 焦距：29mm / 手动曝光（F16，4 秒） / ISO 800 / 白平衡：日光 / PL 滤镜 / 三脚架 / 鹿儿岛县屋久岛
  - 白谷云水峡广袤的森林覆盖着青苔，据称是动漫电影“幽灵公主”的场景原型。早春时节雨后绿油油的森林十分美丽。使用 16-35mm 镜头拍摄巨大的石块营造出森林的氛围。

VISIT…

-
  - EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：28mm / 手动曝光（F16，2.5 秒） / ISO 400 / 白平衡：日光 / PL 滤镜 / 三脚架 / 鹿儿岛县屋久岛
  - 在被雾气笼罩的山路上看到的奇特树木。纵向构图并增加曝光来表现森林明亮的雾气。在雾中不会出现高光溢出所以能很好地烘托气氛。
-
  - EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：105mm / 手动曝光（F4.5，1/15 秒） / ISO 400 / 白平衡：日光 / 多重曝光模式：加法 / PL-C 圆偏光滤镜 / 三脚架 / 鹿儿岛县屋久岛
  - 下山途中，偶然发现在长满青苔的树上有片落叶，一束阳光洒在落叶上。光线太强烈所以我使用了多重曝光拍摄。第一张对落叶合焦，第二张将画面虚化后合成。



精通自然风光摄影的 3 大秘诀

构图

广角镜头下充分展现

被摄体的魅力

拍摄自然风光时应该充分利用全画幅的特性。例如拍摄照片 1 和照片 2 中那样的被摄体时，使用全画幅相机才能体会到其特有的广阔视角和立体感。拍摄这种场景不要使用远摄镜头，而是使用广角镜头通过具有适当纵深的构图拍出很有氛围的作品。拍摄像照片 2 中的参天大树或奇特树木时，特写反而体现不出树木的高大和奇特，最好能将环境氛围拍入照片中。另外在使用远摄镜头时，使用不超过 300mm 的镜头拍摄能拉近被摄体，拍摄距离过远的被摄体构图会显得凌乱。

光线

清晨和傍晚柔和的光线

能避免高光溢出

拍摄自然风光时，清晨和傍晚柔和的光线基本能避免高光溢出，此时的红色光能使被摄体更加上镜。照片 3 拍摄的是午后射灯一样的光线，由于光线太强烈所以使用了多重曝光加强虚化，降低光强。斑驳的强光落在郁郁葱葱的森林里，拍摄这样的场景时图像曝光差会更大对比更强烈。在光线直接照射时，拍摄时间和光强很难把握需要反复推敲。另外，逆光下能拍出更具表现力的照片，但要注意避免产生眩光和鬼影。

相机设置

预升反光镜，注意避免抖动

对焦时，使用实时显示放大约 10 倍后手动对焦。因为已经将“高光色调优先”设置为“启用”，所以通常 ISO 感光度多为 200-400。像照片 1 那样快门速度过低时，也会调整 ISO 感光度至 800 左右，但拍摄自然风光经常使用三脚架，所以个别情况才需要使用高感光度。我的基本设置是图像记录画质为 RAW+JPEG、白平衡为“日光”、照片风格为“风光”。必须使用快门线，即便不使用远摄镜头也要预升反光镜，注意避免抖动。曝光模式使用手动，每次拍摄都要自己设定光圈和快门速度。

希望用户积极使用的功能多重曝光

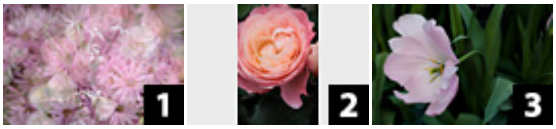
拍摄自然风光的摄影师一定很高兴能使用多重曝光功能。除了能把花拍得更柔美之外，像照片 3 那样光照很强的场合也能使用。拍摄自然风光时经常使用“加法”，2-9 张多重曝光时能分别设置每张的光圈和白平衡等，因此大幅拓展了表现力。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 **EF 16-35mm f/2.8L II USM**

带上一款能发挥全画幅魅力的超广角镜头。发现与众不同的被摄体时靠近拍摄，通过适当的变形和纵深感拍出更具表现力的作品。

-
  - EF 100mm f/2.8L IS USM 微距 / 光圈优先自动曝光（F4.5，1/125 秒）/ ISO 100 / 曝光补偿：-0.3EV / 白平衡：日光 / 多重曝光模式：加法
  - 多重曝光能方便地将很多花叠加展现与众不同的表现力。这里将 4 张照片重叠，选择“加法”，改变曝光拍摄不同的花朵后合成的。

-
  - EF 100mm f/2.8L IS USM 微距 / 光圈优先自动曝光（F14，1/10 秒） / ISO 100 / 白平衡：自动 / HDR 模式：自然
  - 温室内拍摄的蔷薇。花瓣处的高光和阴影里的叶片亮度相差很大，对花曝光的话会损失背景的细节，因此灵活使用 HDR 功能通过±1EV 的曝光差拍摄合成。
-
  - EF 100mm f/2.8L IS USM 微距 / 光圈优先自动曝光（F9，1/30 秒） / ISO 100 / 曝光补偿：-1EV / 白平衡：自动
  - 盛开后的郁金香日渐衰败，寂寞地垂头丧气。很难对随着微风轻轻摇曳的花蕊合焦。因此要灵活使用定点自动对焦瞬间合焦。



精通花朵摄影的 3 大秘诀

构图

根据花的形状和大小用心构图

根据花的情况构图是花朵摄影的基础。因此有时必须要斜向构图。原则上正对花朵放置相机，选择画面稳定的构图。但对茎秆很长的花纵向构图的话，上部的花朵会给人以不稳定的感觉。这时可以通过突出茎周围的叶和背景或前后虚化的叠加来调整整体平衡。另外，灵活运用不稳定感获得个性化的构图也是花朵摄影的特点，但难度较高。将花朵放在画面边缘并虚化其余的画面也是一种很受欢迎的拍摄手法。

光线

在阴天均匀的光线下

比晴天更易拍摄

拍摄花朵的光线有多种选择。晴天时日照强烈，花朵容易产生阴影，拍出来的照片对比度高，比较硬气。这时灵活运用逆光捕捉花朵边缘的光线，通过透过花瓣的光线拍出个性化的照片。如果要忠实还原过渡自然的层次感和花朵颜色的话，花朵整体光线均匀的阴天最合适。晴天时能遮挡阳光获得柔和的光线的室内或温室也适合拍摄。花朵摄影和人像摄影相似，不同光线下拍摄效果相去甚远。如果有能柔化阴影的反光板或阻挡光线的遮阳伞，就能控制光线了。

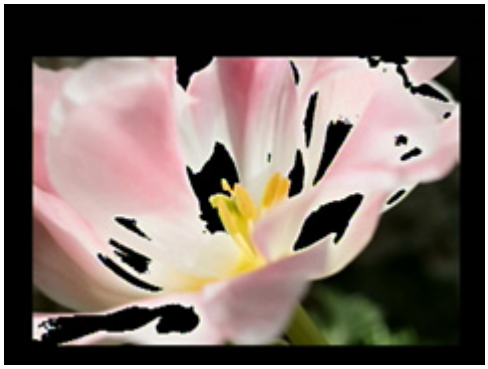
相机设置

根据不同花朵颜色

调整照片风格

基本的设置就是使用光圈优先自动曝光并用速控转盘调整曝光补偿。尽管 EOS 5D Mark III 有丰富的自定义功能设置，但我并没有经常使用。在拍摄中调整较频繁的是照片风格。根据花朵颜色的不同分别选择“风光”、“标准”、“可靠设置”。尤其是拍摄深色花朵时，“风光”色彩容易过饱和，因此要改为“可靠设置”。另外，默认“可靠设置”的锐度为 0，但我在自定义照片风格中将其改为和“标准”一样的+3。

希望用户积极使用的功能高光警告



“高光警告”是在高光部分显示黑色闪烁提示高光溢出的功能。尤其在晴天时拍摄花朵，对比度很高，亮部和暗部亮度相差较大，因此不进行曝光补偿的话容易高光溢出。高光警告是引导用户切实进行曝光补偿的方便工具。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 **EF 100mm f/2.8L IS USM 微距**

这款镜头是 L 级镜头中表现力出众的优秀镜头。在最大光圈下能将花蕊周围柔和地虚化，当缩小光圈时，能锐利地拍摄出花朵细微处的质感和叶脉。

-
  - EF 85mm f/1.2L II USM / 手动曝光（F1.4，1/125 秒） / ISO 12800 / 白平衡：色温（2500K）
  - EOS 5D Mark III 和 EF 85mm f/1.2L II USM 的组合能拍出很好的飞机照片。在夜间拍摄也能获得 1/125 秒的快门着实令人惊讶。超越肉眼所能观察到的效果，可谓揭开了飞机摄影新的一幕。

-
  - EF 15mm f/2.8 鱼眼 / 手动曝光（F8，1/1500 秒） / ISO 100 / 白平衡：日光
  - 因为鱼眼镜头离被摄体很近，所以拍摄瞬间的把握将决定成败。快门时滞的改善和约 100%视野率的光学取景器使高难度的拍摄变得简单。
-
  - EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：200mm / 手动曝光（F8，6 秒） / ISO 200 / 白平衡：色温（3000K） / 多重曝光模式：加法
  - 多重曝光拍摄起飞准备中的 B737。第一张缩小光圈正常拍摄，第二张用最大光圈偏离焦点使图像虚化并合成。这样灯光就变成很大的圆点，照片更多姿多彩。

精通飞机摄影的 3 大秘诀

构图

从机体侧面拍摄时

在行进方向预留空间

拍摄起飞着陆的飞机和地面时，基本构图原则是将飞机放在画面中上部，地面放在画面下部 1/3 到 1/4 处。照片拍摄了飞机的正前方和正后方，将其置于画面中心偏上方。从侧面拍摄飞机显得较小时，在飞机前方预留空间能获得稳定的构图。EOS 5D Mark III 光学取景器内有网格线显示，便于检查并修正地面的倾斜程度。另外，视野率约 100%的光学取景器能检查画面四周是否有多余的景物，有利于严谨的构图。

光线

将 1 天分成 4 个时间段

灵活运用光的特点

飞机摄影中应该注意 1 天中 4 个时间段的光线特点。“凌晨傍晚”、“上午下午”、“正午”和“夜间”。凌晨傍晚能拍出具有戏剧性效果的作品，上午下午适合纪实摄影，正午时飞机侧面没有光线，可以将太阳放入画面中拍成剪影，夜间就像在人造光源下拍摄夜景一样，根据光线的变化调整拍摄方法。拍摄夜景时要尽量纳入更多的机场灯光和飞机防撞灯光。捕捉机体下部的红色防撞灯点亮的瞬间也只有改善了反应性能的 EOS 5D Mark III 才能做到。

相机设置

用 61 点自动对焦和人工智能伺服自动对焦精确捕捉

原则上拍摄飞机要使用手动曝光。晴天顺光时的白色客机以 F6.7、1/1000 秒（ISO 100），战斗机等灰色机体以 F8、1/1000 秒（ISO 200）为标准，根据机体的颜色和光线角度以 0.5EV 为单位进行调整。对焦时使用 61 点自动对焦的人工智能伺服自动对焦。从 EOS-1D X 移植来的高速高精度自动对焦配合高性能的 EF 镜头基本不会脱焦。不过在夜间为了拍摄更加精确，我对机场跑道一端的灯预置焦点。白平衡在白天设置为“日光”，日落 30 分钟天完全变黑后设置为“3000K”烘托出夜的氛围。

希望用户积极设置的自定义控制按钮多功能控制钮：直接选择自动对焦点

飞机这样的被摄体体积很大，所以会经常使用 61 点自动对焦，有时也会使用区域自动对焦。这时使用自定义控制按钮功能，让相机背面的多功能控制钮直接选择自动对焦点，从而使区域自动对焦的对焦区域也可直接选择。手持远摄镜头拍摄时手必须保持稳定，不能进行更多的操作，仅用大拇指就能操作十分重要。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 **EF 85mm f/1.2L II USM**

将机场闪烁的灯光作为背景，捕捉正在向跑道降落的 B777 时需要用到这款镜头。它充分发挥了以常用感光度 ISO 25600 为傲的 EOS 5D Mark III 的真正价值，是一款具有大光圈的高画质镜头。

04 宠物 Pet

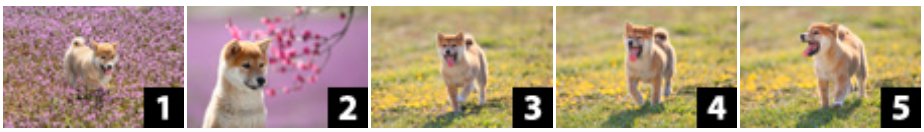
-
  - EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：170mm / 光圈优先自动曝光（F18，1/1000 秒）/ ISO 3200 / 曝光补偿：+0.3EV / 白平衡：自动
  - 这是一张用 EOS 5D Mark III 才能拍出的作品。提高 ISO 感光度，利用以前宠物摄影从未用过的小光圈，通过高速快门捕捉宠物的动作。除了柴犬，宝盖草也拍出了精细画质。

-
  - EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：200mm / 光圈优先自动曝光（F2.8，1/6400 秒） / ISO 400 / 白平衡：自动
  - 柴犬的肖像摄影。尽可能地虚化了背景使脸部合焦位置更加精确。使用定点自动对焦，对近处的眼睛对焦并拍摄。请注意使用区域自动对焦可能会对后方的花合焦。
-
  - EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：200mm / 光圈优先自动曝光（F2.8，1/1600 秒） / ISO 200 / 曝光补偿：+0.7EV / 白平衡：自动

- 使用人工智能伺服对焦连续拍摄。对焦区域设置为上下左右 4 点的自动对焦点扩展。在自动对焦配置工具中选择 Case 5（对于向任意方向快速不规则移动的被摄体）并在逆光下拍摄。在最大光圈下也能高精度对焦，拍出令人满意的效果。

- EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：200mm / 光圈优先自动曝光（F2.8，1/1600 秒） / ISO 200 / 曝光补偿：+0.7EV / 白平衡：自动
- 使用人工智能伺服对焦连续拍摄。对焦区域设置为上下左右 4 点的自动对焦点扩展。在自动对焦配置工具中选择 Case 5（对于向任意方向快速不规则移动的被摄体）并在逆光下拍摄。在最大光圈下也能高精度对焦，拍出令人满意的效果。

- EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：200mm / 光圈优先自动曝光（F2.8，1/1600 秒） / ISO 200 / 曝光补偿：+0.7EV / 白平衡：自动
- 使用人工智能伺服对焦连续拍摄。对焦区域设置为上下左右 4 点的自动对焦点扩展。在自动对焦配置工具中选择 Case 5（对于向任意方向快速不规则移动的被摄体）并在逆光下拍摄。在最大光圈下也能高精度对焦，拍出令人满意的效果。



精通宠物摄影的 3 大秘诀

构图

从能看到狗的表情和身形的

角度拍摄

出生后 3 个月活泼的柴犬。在早春的草地中，我想要拍出多姿多彩的照片。拍摄地点周边还是一片冬季衰败的景象，使用比平时更高的角度来避开这些场景。我习惯性地想把活蹦乱跳的小狗放在取景器中央，但由于自动对焦精度的提高，其实上下左右对焦点也完全能放心使用。小狗正对镜头只能看到表情看不到身形，从侧面拍摄左右的空间又过于空旷。所以尽量在既能看到表情又能看清身形的斜向 45°左右的位置拍摄。理想的状态是在这个角度让小狗面对镜头。

光线

利用逆光突出毛发的光泽

在室外拍摄小狗要积极地利用逆光以突出毛发的光泽，在背景的衬托下更加熠熠生辉。尤其是花草和树叶在逆光的透过光下比在顺光下更美丽。不过逆光下宠物脸部会变暗，这时需要利用反光板。一张反光板难以覆盖宠物活动的范围，所以我在它跑动的路线上放了很多面反光板。另外，用反光板加入眼神光能使眼睛更神采奕奕。有助手的话，可以在会动的宠物身上加上稍强的光线。虽然拍摄过程很麻烦，但反光板会让作品变得大不一样。

相机设置

自动对焦配置工具功能中选择 Case 5

宠物是会乱动的被摄体。如何捕捉它的动作神态是动物摄影的妙趣之所在。EOS 5D Mark III 的约 6 张/秒的高速连拍完全能捕捉宠物一连串的动作，包括打哈欠时表情的细微变化。对焦区域选择上下左右 4 点的自动对焦点扩展并以脸部为中心拍摄。将人工智能伺服自动对焦特性设置为 Case 5（对于向任意方向快速不规则移动的被摄体）。由于存在犬种和个体的差异，所以我无法断定这是否是最好的设置方法，但这次的拍摄很顺利。推荐用高感光度配合高速快门加上大景深来拍摄。

希望用户积极设置的自定义控制按钮 AF-ON（自动对焦启动）按钮：测光和自动对焦启动

以前我一直将这个按钮作为停止自动对焦按钮来使用，从 EOS-1D Mark IV 开始设置为自动对焦启动。因为常年将其当作停止自动对焦按钮使用，所以改变设置后大拇指经常弄错启动和停止。我花了一段时间来适应这个变化，现在已

经习惯用大拇指设置自动对焦启动按钮了。尽管这只能说是个人的经验，但我感觉使用这个设置后人工智能伺服对焦时的合焦率更高了。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 EF 70-200mm f/2.8L IS II USM

有效使用 Digital Photo Professional 搭载的数码镜头优化功能可以获得锐利的画质。右侧的作品都是用这款镜头拍摄的。

-
  - EF 600mm f/4L IS USM／手动曝光（F18，1/320 秒）／ISO 400／白平衡：日光
  - 用特写拍出富有冲击力的火车造型。但只有车身的话未免有些单调，所以我在前景中加入了虚化的树叶。难以对焦的画面都能精确地合焦，让我深切感受到高科技的魅力。

-
  - EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：142mm / 手动曝光（F5.6，2.5 秒） / ISO 3200 / 白平衡：日光 / 多重曝光模式：加法
  - 盛开的樱花和粉红色的桃花，还有金黄的油菜花。忽然想起今晚是满月，我从未遇见过这么完美的景致。很遗憾列车经过时月亮尚未升起，于是我使用了新的多重曝光功能“加法”拍摄夜空中的一轮明月。
-
  - EF 70-200mm f/2.8L IS II USM+增倍镜 EF 1.4× II / 焦距：280mm / 手动曝光（F4，1/30 秒） / ISO 200 / 白平衡：日光
  - 使用 ND 中性密度镜拍摄在樱花对面飞驰而过的列车。全画幅相机的大幅虚化让画面披上了粉色的面纱。并用少许过度的曝光渲染春季的温暖和柔美。

精通铁路摄影的 3 大秘诀

构图

对特点鲜明的列车拍摄特写

拍摄像照片 1 和照片 3 那样富有冲击力的画面，必须要掌握好列车特点。使用以前的机型要凭借经验和直觉对某个位置预置焦点，所以经常会出现合焦很准时被摄体的关键部分却移出了画面等拍摄失败的情况。使用 EOS 5D Mark III 能用人工智能伺服自动对焦以 6 张/秒的速度追踪列车，所以构图变得很容易。照片 1 拍出了列车流线型的车身和下部闪烁的 4 盏灯，因为相机能根据驶来列车的大小细微地调整焦点，所以构图基本不会失败。

光线

大胆利用

具有强烈明暗差的逆光

拍摄火车的肖像照时基本都使用逆光而不顺光。利用逆光产生的明暗差，可突出列车反射带来的高光，或用阴影做为黑色背景。逆光下推荐像照片 1 和照片 3 一样拍摄流线型的列车。在逆光下流线型车头一定会出现反射光，可以将高光部分作为照片的重点。另外，充分利用 EOS 5D Mark III 约 2230 万像素的丰富层次，能拍摄朝阳和黄昏下的列车，或像照片 2 一样使用高感光度拍摄夜间魅力十足的列车。

相机设置

61 点自动对焦和人工智能伺服自动对焦的组合十分强大

购入 EOS 5D Mark III 后我就再也没使用过手动对焦。因为只要将相机设置为人工智能伺服对焦并分别使用 61 点自动对焦、自动对焦点扩展和区域自动对焦，从整列火车到列车的肖像照，几乎所有的照片都能自动对焦拍摄了。这对铁路摄影界来说具有深远的意义。另外，我个人使用的设置如下，取景器内显示网格线，自动对焦不使用快门按钮，而是使用 AF-ON（自动对焦启动）按钮。在自动对焦相关的自定义功能中，将“人工智能伺服第一张图像优先”和“人工智能伺服第二张图像优先”设置为“对焦优先”。

希望用户积极使用的功能自动对焦配置工具功能

列车通常是从 61 个对焦点所能覆盖的范围之外进入画面的。人工智能伺服自动对焦特性选择 Case 3。“追踪灵敏度”选择反应性能更好的+2，另外列车不会突然加速减速，所以“加速/减速追踪”设置为 0。并根据列车速度将“自动对焦点自动切换”设置为 1 或者 0。

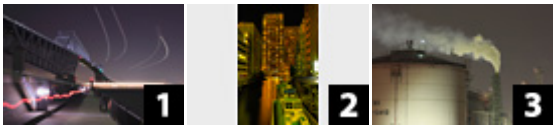
使用这款镜头拍摄个性化的作品 EF 70-200mm f/2.8L IS II USM

镜头本身能使用包括双十字型自动对焦点在内的所有对焦点。安装 1.4 或 2 倍增倍镜时，能使用 61 个对焦点和对应 F4（2 倍为 F5.6）光束的十字型自动对焦点，十分值得信赖。

-
  - EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：45mm / 手动曝光（F10，30 秒） / ISO 200 / 白平衡：白色荧光灯 / 多重曝光模式：明亮
  - 普通多重曝光拍摄出的照片会很亮，使用只会叠加明亮部分的“明亮”就能拍出这种效果了。每条飞机的光轨都有所不同十分有趣。

-
  - EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：28mm / 光圈优先自动曝光（F11，10 秒） / ISO 200 / 曝光补偿：-1EV / 白平衡：日光 / HDR 模式：油画风格
  - 东京芝浦尽管处于市中心，但有时河滨旁也会散发出海的气息。从桥上望去，渔船对面是新盖的高层公寓。我尝试着用“油画风格”表现这仿佛处于异次元空间不可思议的世界。
-

  - EF 100-400mm f/4.5-5.6L IS USM / 焦距：180mm / 光圈优先自动曝光（F8，0.5 秒） / ISO 6400 / 曝光补偿：-1EV / 白平衡：白色荧光灯
  - 晚上仍在继续工作的现代不夜城。用平时的拍摄方法一直以来只能拍成动态模糊的烟雾，因为高感光度获得了更高快门速度，定格了画面。



精通夜景摄影的 3 大秘诀

构图

给主被摄体添加辅助的光轨

构图中应该加入主被摄体和美化主体的辅助被摄体。长时间的快门就能简单地描绘出移动物体的光轨，作为辅助被摄体能使夜景更加迷人。另外，相机内置的多重曝光功能选择“明亮”的话，进行多次多重曝光也能保留亮度没有变化的部分并添加新的光轨。照片 1 中京门大桥的亮度没有增加，而只是增加了光轨。因为每次拍摄的结果都能通过液晶监视器确认，所以没能很好地描绘出光轨时，重新拍摄也很方便。

光线

使用高感光度

捕捉夜晚微弱的光线

除了照明灯和装饰灯外，拍摄夜景的现场十分昏暗。夜景摄影通常采用的方法是捕捉被街灯和月光等微弱光线照亮的被摄体，并通过长时间曝光使感应器汇聚更多的光。但相机性能的提升使得高感光度下也能拍出通透的画质。EOS 5D Mark III 就可以在 ISO 800 或 1600 下拍出满意的照片。我推荐在工作日灯火通明时拍摄楼群的夜景，另外，在非工作日拍摄时，无论是繁华的街道还是被照亮的被摄体，或是年中无休的工场等都能拍出灯火闪烁的夜景。

相机设置

光圈缩小至 F8-F11

拍出锐利画质

我觉得夜景并没有固定的色彩，可以根据自身喜好选择白平衡。我喜欢用“日光”和“白色荧光灯”。另外大家可能认为拍摄夜景常用 B 门曝光，但我经常使用光圈优先自动曝光。为了锐利呈现图像的每个角落不要使用最大光圈，应将光圈缩小至 F8-F11。因为自动曝光完全能胜任昏暗的夜景拍摄，一般 ISO 100 时 30 秒的快门时间就足够了。无法使用三脚架时应选择大光圈和高感光度以便挑战手持拍摄。以前的机型很难满足手持拍摄夜景条件，但 EOS 5D Mark III 是不会让大家失望的。

希望用户积极设置的自定义控制按钮多功能按钮：取景器电子水准仪

夜景摄影时很难注意到构图的倾斜。一直以来我都使用水泡式水准仪，但 EOS 5D Mark III 搭载的内置电子水准仪更好用。使用 INFO.（信息）按钮可以在液晶监视器上显示电子水准仪，设置自定义控制按钮也能使用“多功能按钮”调出“取景器电子水准仪”的功能。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 EF 17-40mm f/4L USM

使用标准变焦镜头拍摄摩天大厦群的夜景有时视角略显狭窄，超广角镜头更适合这种场景。因为拍摄时一般只需要缩小光圈，所以这款镜头的光圈也足够用了。

-
  - EF 85mm f/1.2L USM／光圈优先自动曝光（F2，1/1600 秒）／ISO 100／白平衡：日光
  - 拍摄时间是中午。因为光线在上方，所以选择逆光位置拍摄。为了更加靠近被摄体并拍出春的气息，所以我使用了拆下镜头利用镜头和机身间射入光线的“虚拟转接环”方法拍摄。

-
  - EF 50mm f/1.2L USM / 手动曝光（F2.5，1/160 秒） / ISO 3200 / 白平衡：钨丝灯
  - 在几乎没有自然光的室内拍摄。将感光度设为 ISO 3200 的话，不使用三脚架就能自由地在多角度尝试拍摄，捕捉模特面向镜头转瞬即逝的表情。
-
  - EF 16-35mm f/2.8L II USM / 焦距：24mm / 手动曝光（F2.8，1/1000 秒） / ISO 200 / 白平衡：日光
  - 在动态拍摄时能捕捉模特意想不到的表情。这里选择人工智能伺服自动对焦，利用 61 点自动对焦合焦，专注于捕捉模特的神情和动作。

-
  - EF 16-35mm f/2.8L II USM / 焦距：24mm / 手动曝光（F2.8，1/1000 秒） / ISO 200 / 白平衡：日光
  - 在动态拍摄时能捕捉模特意想不到的表情。这里选择人工智能伺服自动对焦，利用 61 点自动对焦合焦，专注于捕捉模特的神情和动作。
-
  - EF 16-35mm f/2.8L II USM / 焦距：24mm / 手动曝光（F2.8，1/1000 秒） / ISO 200 / 白平衡：日光
  - 在动态拍摄时能捕捉模特意想不到的表情。这里选择人工智能伺服自动对焦，利用 61 点自动对焦合焦，专注于捕捉模特的神情和动作。

精通人像摄影的 3 大秘诀

构图

拍摄特写时

使被摄体靠近画面的一侧

人像摄影和体育摄影很相似，也就是说如果因为过于注重构图而错过了快门时机的话就本末倒置了。最重要的是不顾一切地捕捉自己欣赏的表情，释放快门的同时尝试更好的构图才是第二步。如果不想浪费快门，就必须锻炼自己在理想构图下预测几秒后情景的能力。拍摄特写时让被摄体靠近画面的一侧并去掉头顶部就能拍出令人印象深刻的照片了。

光线

把握拍摄地点的光线条件

外景拍摄时我从不使用反光板，尽量在自然光条件下拍摄。想控制光线时，比如想对阴影处补光就让模特站在白色墙壁旁。中午的几个小时光线来自正上方，阴影不够美观，所以要使用逆光作为主要光线拍摄，或在屋檐下拍摄。另外，自然光下拍摄很难控制光线，所以必须事前了解拍摄地点的光线情况。而做好恶劣天气下的准备能使拍摄更顺利。

相机设置

使用静音拍摄模式

捕捉更精彩的表情

这次拍摄中我觉得“静音拍摄”的功能很不错。模特听见快门音时姿势和表情都会改变，但其实在这过程中也会有许多好的表情。和用快门音让模特作出表情的方式相反，我觉得这是一个用来捕捉自然表情的功能。另外考虑到写入速度，连拍时可以使用 JPEG 格式。白平衡和曝光都准确设置并在调整时抓住重点灵活设置就没有问题了。这款相机的自定义设置功能十分丰富，希望用户结合自身喜好自定义使用。

希望用户积极设置的自定义控制按钮 AF-ON（自动对焦启动）按钮：测光和自动对焦启动

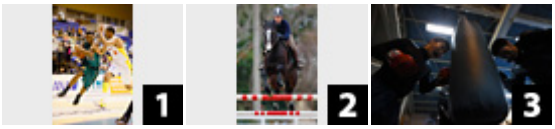
人像摄影关键在于“不要错过精彩表情”。因为即便脱焦也要拍下来这一点非常重要，所以快门按钮必须专注于“释放快门”。为了在关键时刻不致慌乱，相机背面除了 AF-ON（自动对焦启动）按钮之外，自动曝光锁定按钮也能设置为测光和自动对焦启动。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 **EF 50mm f/1.2L USM**

也许大家都认为拍摄人像要使用大光圈中远摄镜头，但我基本上只用 50mm 镜头。近距离特写还有远距离拍摄都能胜任，根据使用方法的不同，类似远摄和广角感觉的照片都能拍摄。

-
  - EF 70-200mm f/2.8L IS II USM / 焦距：135mm / 手动曝光（F2.8，1/1000 秒） / ISO 6400 / 白平衡：手动
  - 拍摄篮球运动员在对抗中突破得分的一瞬间。虽然投篮的镜头也不错，但我还是喜欢能展现运动员娴熟技巧的画面。通过自动对焦点扩展精确地对运动员生动的表情合焦。

-
  - EF 400mm f/2.8L IS II USM / 手动曝光（F4，1/2500 秒） / ISO 4000 / 白平衡：自动
  - 拍摄跳跃障碍的骑手和赛马，她们从起跳到腾空到最高点用时不超过 1 秒。这次拍摄的快门速度是 1/2500 秒，哪怕一瞬间的判断失误也会影响最终效果。EOS 5D Mark III 优秀的反应性能让体育摄影变得更容易。
-
  - EF 16-35mm f/2.8L II USM / 焦距：22mm / 手动曝光（F2.8，1/800 秒） / ISO 6400 / 白平衡：自动
  - 拍摄比赛前的职业拳击手。高强度的训练和控制体重使拳击训练场充满了紧张情绪。EOS 5D Mark III 的自动对焦精确地在荧光灯下合焦，高感光度下画质也十分优秀。



精通体育摄影的 3 大秘诀

构图

预测被摄体的移动

捕捉精彩瞬间

体育摄影的构图是依靠反复的预测和判断完成的。被摄体的移动方式和自己的拍摄目标要相互结合，瞬间的松懈就会导致拍摄失误。在这一点上，EOS 5D Mark III 能灵活运用 61 点高密度网状阵列自动对焦捕捉纵向和横向的移动，显著地扩展了构图自由度。3 张照片都是积极使用中央区域以外的对焦点拍摄的，EOS 5D Mark III 能毫不犹豫精准地捕捉选手全力以赴投入比赛时瞬间的神情。

光线

切实捕捉拍摄现场的光线条件

摄影师必须能发现并把握光线条件。开展体育运动的地点光线条件很复杂，有晴天、阴天或雨天，体育场内还经常见到人工光源的混合光和荧光灯等。在这些情况下的光线条件和其个性化的色彩都需要通过摄影师的判断来控制。在拳击训练场拍摄的照片 3，在突出荧光灯色调的同时捕捉了从屋顶照射下来的光线。通过减少暗部的曝光突出亮部，以此体现照片的厚重感。

相机设置

使用自动对焦点扩展

防止焦点偏前或偏后

体育摄影师十分需要高性能的自动对焦功能。我主要使用能充分利用 61 点高密度网状阵列自动对焦的自动对焦点扩展进行拍摄。当很难预测被摄体的移动时，除手动选择的对焦点外，其附近的自动对焦点也能辅助对焦，非常方便。另外，根据拍摄情况，可以分别使用上下左右 4 点，或所选对焦点周围 8 点的自动对焦点扩展进行合焦。利用这个对焦区域模式，能防止单点对焦时容易出现的焦点偏前或偏后情况地发生。正因为 EOS 5D Mark III 的自动对焦精度很高，所以这个功能十分值得信赖。

希望用户积极设置的自定义控制按钮镜头的自动对焦停止按钮：单拍　人工智能伺服

体育摄影中常常根据不同场合切换使用“单拍”和“人工智能伺服”功能。我在自定义控制按钮中，将这个功能分配给镜头的自动对焦停止按钮。当镜头从移动中的运动员转向静止被摄体的一瞬间，单手就能切换自动对焦模式，对于捕捉决定性瞬间的摄影师来说这是一个十分便利的功能。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 EF 16-35mm f/2.8L II USM

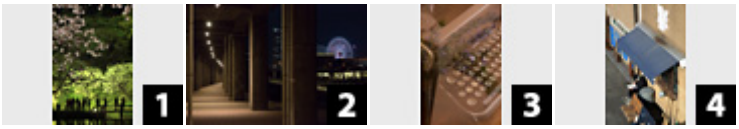
尽管体育摄影主要使用远摄镜头，但我喜欢更用广角镜头。靠近被摄体拍出具有视觉冲击力的照片，在远处拍摄则注重抒情。灵活运用这款镜头能实现丰富多彩的表现力。

-
  - EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：105mm / 光圈优先自动曝光（F4，1/30 秒） / ISO 12800 / 白平衡：自动
  - 游客在傍晚欣赏樱花的身影。在十分昏暗的条件下成功地进行了手持拍摄。为了专注于人物的构图，我将 ISO 感光度设置为“自动”。相机在高感光度下表现效果很好，所以我也能够轻松享受夜景拍摄。

-
  - EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：67mm / 光圈优先自动曝光（F8，1/60 秒） / ISO 10000 / 白平衡：自动
  - 无人的高架桥下和夜景交相辉映，拍出了街道中的光和影。EOS 5D Mark III 提高了常用感光度，以前为了获得更高的快门速度而无法缩小光圈手持拍摄的夜景也能使用小光圈手持拍摄了。高感光度下基本没有降低画质是这款相机的一大优点。
-
  - EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：105mm / 光圈优先自动曝光（F4，1/320 秒） / ISO 1600 / 白平衡：自动 / 多重曝光“加法”

- 在室内使用多重曝光功能两次曝光。因为相机自行控制曝光，所以能轻松享受多重曝光的乐趣。拍摄这种场景时，用于合成的图像明暗程度较为关键，因此第一张最好选择深色的被摄体。

- EF 24-105mm f/4L IS USM / 焦距：105mm / 光圈优先自动曝光（F8，1/100 秒） / ISO 100 / 白平衡：自动
- 风光摄影中包含人物时，拍摄时机很重要，必须迅速完成从设置相机到决定构图的过程。熟练使用速控按钮就能快速确认或更改设置。这个功能对于抓拍很有用。



通抓拍的 3 大秘诀

构图

移动脚步，对构图做减法

构图时应当去掉不必要的部分做“减法构图”。就像裁切图像一样，不要使用变焦解决问题，而是移动脚步拍摄。突出主题虚化前景或背景，用其他被摄体遮挡不想拍摄的物体等方式都是减法。靠近被摄体，改变上下左右位置可以获得更好的构图。EOS 5D Mark III 搭载了三维电子水准仪和网格线显示等有助于获得更平衡构图的辅助功能，望用户能积极使用。

光线

亮度差较大的场景使用

“HDR”模式

晴天尽管有显著的光影对比，但对比度太高也很麻烦。另外，室内拍摄构图中有窗户的话，室内外光线的明暗差会很大，难以确定曝光。这时通过“高光色调优先”或“HDR”功能可以扩展动态范围，在 HDR 模式中启用“自动图像对齐”以便进行手持拍摄。曝光补偿范围可达±5EV，能在多种环境中获得合适的曝光并通过高调和低调拓展画面的表现力。

相机设置

功能自动化使拍摄更快捷

抓拍最重要的是不能错过时机。为了能在决定性的瞬间拍出理想的画面，迅捷的反应性能十分重要。因此根据拍摄意图将各种功能设置为自动后就能更快地拍摄。我经常将 ISO 感光度设置为“自动”，调整自动 ISO 的“最低快门速度”可以防止手抖动，这个功能是个放心的助手。给快门按钮旁的多功能按钮分配使用频率较高的功能，就可以通过流畅的操作更好地拍摄。

希望用户积极使用的功能 HDR 模式：“自然”

拍摄明暗差强烈的场景时使用 HDR“自然”，可以缓和高光溢出和暗部缺失，拍出更接近人眼所见的自然效果。另外，通过 HDR 拍摄能减轻噪点，所以在黄昏和暗处拍摄时应该充分利用。手持拍摄时要使用高速快门并注意不要拍出移动物体的残像。

使用这款镜头拍摄个性化的作品 EF 24-105mm f/4L IS USM

机动性对于抓拍摄影很重要。我推荐能覆盖从广角到远摄焦段的标准变焦镜头。搭载了手抖动补偿机构的这款镜头无论室内还是夜景的拍摄都能胜任，是一款通用镜头。